خطبات خواجہ شمس الدین عظیمی

ACD 79

Track - 2

18:02

''نیگیٹیو بینی''

سوال: نیگیٹیو بینی سے صحت پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟

جواب: کوئی بھی دنیا میں طریقہ علاج ہو ۔ الوپیتھی ہو، یونانی ہو، ہومیو پیتھی ہو، ایکوپنکچر ہو، اس کے پیچھے، اس حکمت کے پیچھے ، اس علاج کے پیچھے ایک تھیوری ہوتی ہے۔ اور ایک تھیوری کے پیچھے لوگوں کا تجربہ ہوتا ہے اور پریکٹیکل ہوتا ہے۔ کوئی آدمی یہ نہیں کہہ سکتا کہ صاحب اتنا شدید بخار ہے ایک سو دو، ایک سو تین، ایک سو چار ۔کونین کی گولیاں ہم کھالیتے ہیں ایک اتنی سی گولی سفید گولی بخار کو کیسے اتار دیتی ہے۔ تو ظاہر ہے اس کا جواب یہی ہوگا کہ یہ جو گولی ہے اس گولی کے اندر جو تاثیر ہے اس گولی کے اندر جو دوائیاں ہیں وہ گولی بہت ساری ادویات سے یا ایک دوا کونین جو وہ گولی بنی ہے اس کی خاصیت یہ ہے کہ وہ بخار کو دور کردیتی ہے۔ جاکر خون کے اندر ایسی کیمیکل چینجز ہوجاتی ہے کونین کھانے سے کہ آدمی کو پسینہ آجاتا ہے اور پسینہ آنے کے بعد بخار اتر جاتا ہے۔ اسی صورت سے ایکوپنکچر ایک علاج ہے۔ چائنہ میں ہزاروں سال سے رائج ہے۔ انہوں نے کچھ پوائنٹ مقرر کی ہوئی ہیں۔ ان پوائنٹ پر سوئی سے مارتے ہیں اور ایک پوائنٹ کو چھیڑتے ہیں اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے ایک پوائنٹ سے دوسرا پوائنٹ چونکہ جڑا ہوا ہے تو وہ سوئی کی نوک جب اس پہ لگتی ہے تو جسم کے اندر ایک خاص قسم کا کرنٹ فلو ہوتا ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا نہ یہاسوئی ماریں تو پورے دماغ کے اوپر جھناٹا ہوتا ہے۔ چیونٹی کاٹ لے آدمی کو۔ کوئی چیونٹی کاٹ لے تو دماغ تک اس کی جھنجھناہٹ ہوتی ہے۔ تو یہ جو سسٹم ہے جس سسٹم کے اوپر یہ جسم قائم ہے یا جس سسٹم کے اوپر غدود کام کررہے ہیں اس سسٹم کو چھیڑ دینے سے ایک

chemical changes

ہوتی ہے اس

changes

کی بنیاد پر انسانی جسم میں تبدیلی ہوجاتی ہے۔ اسی صورت سے یونانی علاج ہے۔ ان کا طریقہ علاج یہ ہے وہ کہتے ہیں کہ صاحب جسم کے اندر اگرکچھ رطوبتیں جمع ہوجائیں ۔ رطوبتیں تو ہوتی ہیں لیکن کچھ ایسی رطوبتیں جمع ہوجائیں جن کا خارج ہونا ضروری تھا اور ان کا اخراج نہ ہو تو اس سے کئی

قسم کی بیماریاں پیدا ہوجاتی ہیں۔ اور وہ ایسی دوائیاں دیتے ہیں کہ جس سے
وہ جو ہے وہ جسم کے اندر پہلے پکتی ہے اور پھر پک کے وہ باہر نکل آتی ہیں۔
بلغم کے ذریعے نکال دیں، پسینے کے ذریعے نکال دیں۔ یا پاخانے پیشاب کے ذریعے
نکال دیں۔ بہرحال وہ طریقہ علاج یہ ہے کہ غلط جو رطوبتیں زائد جو ہوگئی
ہیں ان کا تدارک کردیا جائے۔ (آواز غائب ہے) پھر جاکے کیسے خون کو صاف
کردیتی ہے اس کے لئے جناب یہی ہے کہ وہ جڑی بوٹی جو ہے اس کے اندر اپنی
ایک خاصیت ہوتی ہے۔ اس خاصیت کی بنیاد پر جسم کے اندر جو زائد چیزیں
ہوتی ہیں وہ نکال دیتی ہے۔ اور جن چیزوں کو محفوظ رکھنا ہوتا ہے انہیں
محفوظ کرلیتی ہے۔ اب سنکھیا جو ہے وہ نمک کی طرح ہوتا ہے سفید ہوتا
ہے۔ نمک جو ہے ہماری زندگی میں ضروری ہے۔ بغیر نمک کے ہم رہ ہی نہیں
سکتے۔ ہر چیز میں نمک کھاتے ہیں۔ لیکن سنکھیا جو نمک کی طرح پتھر ہے اس
کو اگر ذرا سا بھی چاٹ لیا جائے تو آدمی مر جاتا ہے۔ پھر سوال یہ ہے کہ صاحب
نمک کو ہم سیروں کے حساب سے کھاجاتے ہیں اس سے تو ہماری صحت اچھی
ہوتی ہے ہم مرتے نہیں ہیں اور یہ سنکھیا ذرا سی چاٹنے سے آدمی مر کیوں جاتا
ہے؟ تو اس کا بھی یہی جواب ہے کہ سنکھیا کے اندر جو خاصیت ہے یا اس کے
اندر جو طاقت ہے ، انرجی ہے، وہ اتنی زیادہ ہے کہ اگر آدمی کے جسم کے اندر
کسی صورت سے داخل ہوجائے تو آدمی کا جو سسٹم ہے زندگی کا وہ ٹوٹ جاتا
ہے۔ جب وہ ٹوٹ جاتا ہے تو آدمی مرجاتا ہے۔ تو اب یہ بات یہ بنی کہ یہاں جو
بھی کچھ ہے اس زمین کے اوپر وہ گھاس ہو، جڑی بوٹیا ں ہوں ہ یا گولیوں کی
شکل میں ہوں، معجون کی شکل میں ہوں، کسی بھی شکل میں ہوں بہرحال
اس کی اپنی ایک خاصیت ہوتی ہے۔ سردی میں آپ پانی میں چینی گھول کے
پئیں نمونیہ ہوجائے گا۔ گرمیوں میں آپ صبح، دوپہر، شام کافی پیتے رہیں آپ کو
پیچیش ہوجائیگی، بواسیر ہوجائے گی یا کوئی دل کا مرض لاحق ہوجائے گا۔ اب
ہر چیز کی ایک خاصیت ہے اور اس خاصیت کا اپنا ایک مقام ہے۔ اور اس کا
استعمال کا بھی ایک طریقہ ہے۔ یہ ایک طریقہ علاج یہ ہوا کہ مرض کو سامنے
رکھ کر ایسی جڑی بوٹی تجویز کی جائے کہ جس جڑی بوٹی میں یہ خاصیت اللہ
نے رکھ دی ہو کہ وہ مرض کا اس سے ازالہ ہوجاتا ہے اور مرض اس سے دور
ہوجاتا ہے۔ یہ ایک مادی علاج ہے۔ اب اس کے برعکس ایک اور علاج ہے جس کو
آپ روحانی علاج کہتے ہیں۔ ظاہر ہے روحانی علاج میں اور مادی علاج میں کچھ
تو فرق ہونا چاہئیے۔ روحانی علاج والے بھی مادی چیزوں کا سہارا لیتے ہیں۔
لیکن وہاں خاصیت کسی چیز کی جو ہے وہ بدل جاتی ہے۔ مثلاً جیسے ابھی
سوال کیا وجاہت صاحب نے کہ صاحب نیگیٹیو بنوالو فوٹو گرافر سے اور اس کو
دیکھواور دیکھنے سے وہ مرض ختم ہوجاتا ہے کس قسم کے مرض ختم ہوجاتے
ہیں؟دماغ سے متعلق امراض ختم ہوجاتے ہیں۔ مثلاً کسی کو ڈپریشن ہو، ٹینشن
ہو، کوئی نفسیاتی مرض ہو کسی کو نیند نہ آتی ہو۔ خوف ذہن کے اندر پیدا
ہوگیا ہو۔ کسی ایک نقطے پر ذہن اس طرح مرکوز ہوگیا ہو کہ آدمی ہر دم

کوشش کرتا ہے کہ اس سے مجھے نجات مل جائے لیکن ذہن وہاں سے ہٹتا ہی
نہیں۔ ان چیزوں میں یا ان امراض میں روحانیت والے جو ہیں یہ نیگیٹیو بینی تو
یہ کہتے ہیں کہ صاحب اپنے فوٹو گرافر کے سامنے جاؤ اور اس سے ایک نیگیٹیو
بنوالو۔ پوسٹ کارڈ کے برابر۔ یہ آپ نے اخبار میں پڑھا ہوگا اکثر میں نے اس پہ
لکھا ہے۔ اور اس کو فریم کراکے دیوار پہ لٹکالو اور اسے بار بار دیکھا کرو۔ تو یہ
ایک علاج ہے۔ تو اب جیسے ابھی میں نے تمہید میں آپ کو بیان کیا کہ ہر چیز
میں خاصیت ہوتی ہے۔ تو ظاہر ہے نیگیٹیو میں بھی خاصیت ہوگی۔ جب ہم
ایک مریض کو کہتے ہیں صاحب اس میں ۔ اس میں دو باتیں زیر بحث آتی ہیں۔
ایک تو یہ کہ یہ جو علاج ہے علاج زیادہ تر دماغی امراض میں استعمال ہوتا ہے۔
ڈپریشن میں۔ ڈپریشن کا مطلب یہ ہے کہ ایک آدمی کو مختلف خیالات آرہے
ہیں۔ منفی خیالات۔ مثلاً ایک آدمی کو خیال آرہا ہے میرے اوپر جادو ہوگیا ہے۔
میرے اوپر جادو ہوگیا ہے۔ میرے اوپر جادو ہوگیا ہے۔ اب اسے کہا جاتا ہے کہ
تیرے اوپر جادو نہیں ہے لیکن وہ کہے گا نہیں میرے اوپر جادو ہے۔ وہ قرآن بھی
پڑھتا ہے، نماز بھی پڑھتا ہے۔ سورہ فلق پڑھ پڑھ کے پانی پہ دم کرکے پیتا ہے۔
لیکن صاحب اس کے ذہن سے یہ بات کسی طرح نکلتی ہی نہیں ہے کہ وہ میرے
اوپر جادو ہوگیا ہے، میرے اوپر جادو ہوگیا ہے۔ بے شمار آدمی اس کو یہ کہتے
ہیں کہ بھئی کوئی جادو وادو نہیں ہے تو وہ کہتا ہے نہیں انہیں کچھ پتہ ہی
نہیں ہے میرے اوپر تو جادو ہے۔ اب اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ مریض ایک منفی
خیال پر ٹھہر گیا ہے۔ اس کا ٹھہراؤ جو ہے ایک منفی خیال پر قائم ہوگیا۔ اور
وہ اس سے ایک طرف تو نکلنا چاہتا ہے لیکن ساتھ ساتھ وہ نکلنا بھی نہیں
چاہتا۔ نکلنا نہیں چاہتا کا مطلب یہ ہے کہ اسے دس آدمی کہتے رہتے ہیں کہ
جادو نہیں ہے لیکن وہ اس کو تسلیم ہی نہیں کرتا۔ اس کے یقین میں یہ بات
بیٹھ گئی ہے کہ میرے اوپر جادو ہوگیا ہے۔ حالانکہ جادو کچھ بھی نہیں ہوتا۔
اچھا چونکہ اس کے یقین میں یہ بات بیٹھ گئی کہ میرے اوپر جادو ہوگیا تو اب وہ
جادو سے متعلق جتنے لوازمات ہیں اب وہ بھی اس کے ذہن میں آئیں گے۔ مثلاً
شک اس کے ذہن میں آئے گا۔ ہر آدمی پر شک ذہن میں آئے گا کہ اس نے میرے
اوپر جادو کردیا ہے۔ اس نے میرے اوپر جادو کردیا ہے۔ اس نے میرے اوپر جادو
کردیا ہے۔ تو اب اس کا روحانیت میں طریقہ علاج یہ ہے کہ جس آدمی کا ذہن
ایک خیال پر مرکوز ہوگیا ہے اور قائم ہوگیا ہے اس بندے کو اس خیال سے ہٹا کے
کسی دوسرے خیال میں ڈال دیا جائے۔ ایک تو یہ صورت ہے آپ نے سنا ہوگا کہ
ایک دماغی مریض بیچارے ہوتے ہیں ڈاکٹروں کے پاس جاتے ہیں، حکیموں کے پاس
جاتے ہیں وہ کہتے ہیں میاں سوچا ہی نہ کرو۔ تم ہر وقت سوچتے ہو جادو
ہوگیا ہے، جادو ہوگیا ہے، فلاں میرا دشمن ہے، یا میں گھر سے باہر نکلوں گا تو
ایکسیڈنٹ ہوجائے گا ۔ اس کا سوچو ہی نہیں۔ بھئی اگر وہ اس قابل ہوتا کہ
اس سوچ کے اوپر کنٹرول حاصل کرلیتا تمہارے پاس کیوں آتا؟ وہ تو تمہارے پاس
آیا ہی اس لئے ہے کہ وہ اس خیال کو چھوڑنا چاہتا لیکن چھوڑ نہیں سکتا۔ ایک

عذاب میں مبتلا ہوگیا ہے۔ ہم آپ کو یہ نہیں کہتے ہیں کہ آپ سوچا ہی نہ
کرو۔ ارے بھئی کیسے نہیں سوچا کریں یہ تو اس کی بیماری ہے، مریض ہے وہ
ایک آدمی کے پیٹ میں درد ہورہا ہے کہے کہ سوچو ہی نہیں کہ کیسے نہیں
سوچے پیٹ میں درد ہورہا ہے، تکلیف تو اسے ہورہی ہے۔ وہ تو سوچے گا۔ تو
توجہ اس بات پر ہونی چاہئیے کہ درد نہ ہو۔ یہ نہیں کہ سوچو نہیں درد نہیں
ہوگا۔ اچھا اب وہ روحانیت والے یہ کہتے ہیں کہ یہ کہنا کہ سوچو نہیں یا اس
خیال کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ اس کو چھوڑ دو۔ ایسے ہی خواہ مخواہ
شیطانی وسوسہ ہے۔ ان چکروں میں نہیں پڑو۔ وہ یہ کہتے ہیں کہ جہاں
مریض کھڑا ہوا ہے وہاں سے اسے ہٹا دو۔ اب اس نے کہا کہ صاحب میرے اوپر
تو جادو ہوگیا ہے۔ یا کسی کے خیال ذہن میں آگیا کہ مجھے کینسر ہوگیا ہے۔
ایسے بھی مریض ہوتے ہیں۔ کینسر کا کہیں نام و نشان نہیں ہے۔ بس اس کو
خیال آگیا کہ مجھے کینسر ہوگیا ہے۔ کسی کو ہاتھ دھونے کا مرض ہوجاتا ہے۔
آپ نے دیکھا ہوگا۔ کسی کو یہ مرض ہوجاتا ہے کہ ہر آدمی میرا دشمن ہی
ہے۔ شوہر کو یہ خیال آتا ہے بیوی کھانے میں زہر ملا دے گی۔ بیوی کو یہ خیال
آتا ہے کہ شوہر میرا دشمن ہے پتہ نہیں میرے خلاف سازش ہی کرتا رہتا ہے۔
حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں ہوتی۔ تو وہ منفی خیال سے ہٹانے کے لئے روحانیت
میں یہ طریقہ ہے کہ اس بندے کو اس خیال کے اندر جس میں وہ مست ہے یا
جس میں وہ گرفتار ہے اس کو یہ نہیں کہو کہ سوچو مت۔ یہ نہیں کہو کہ
اسے چھوڑ دو۔ اس لئے کہ وہ خو د ہی چھوڑنا چاہتا ہے۔ تو جب وہ چھوڑنے میں
ناکام ہوتا ہے تبھی تو آپ کے پاس آتا ہے۔ تو وہ کہتے ہیں کہ اس خیال کو ایک
جگہ سے ہٹا کے دوسری جگہ منتقل کردو۔ اب انہوں نے کہا صاحب ایک نیگیٹیو
بنوالو۔ مثال کے طور پر اور اس کو دیکھا کرو۔ اور ہر آدھے گھنٹے کے بعد پانچ
منٹ دیکھا کرو۔ اب وہ جب پہلے تو جب اس نے آپ کی اس بات پر یقین کرلیا
اب وہ فوٹو گرافر کو ڈھونڈے گا ۔ پھر فوٹو گرافر ہر آدمی نیگیٹیو بناتا نہیں ہے۔
ایک دکان، دو دکان اب صدر میں میری معلومات کے حساب سے دو دکانیں ہیں
پورے کراچی میں جو نیگیٹیو بناتے ہیں۔ اب ایک آدمی جب نیگیٹیو بنانے جائے گا تو
لانڈھی میں رہتا ہے وہ پتہ نہیں کہاں کہاں جاکے صدر پہنچے گا۔ پھر اس نے
جناب نیگیٹیو بنوالیا۔ نیگیٹیو بنوانے کے بعد اس نے اس کو فریم بھی کروالیا۔ اب
فریم کرانے کے بعد اس نے اس کو دیکھنا بھی شروع کردیا۔ تو اب آپ یہ دیکھیں
کہ جس وقت سے اس نے یہ سوچا کہ مجھے نیگیٹیو بینی کرنی ہے تو اب وہ اپنے
خیال سے ہٹ گیا۔ جہاں وہ کھڑا ہوا تھا وہاں سے وہ ہل گیا۔ خیال سے آزاد تو
نہیں ہوا لیکن وہ خیال جو اس کے اوپر مسلط تھا اس کو بے چین کئے ہوئے تھا ۔
نہ سونے دیتا تھا، نہ کھانے دیتا تھا۔ تو اب وہ ایک دوسرے نئے خیال میں چل پڑا کہ
بھئی فوٹو گرافر کو تلاش کرو ، نیگیٹیو بناؤ اور فریم بناؤ اور اس کو دیکھو۔ اب
اس کو دیکھنا شروع کرتا ہے۔ تو ایک اس میں صورت یہ ہوئی کہ اس بندے کو
جہاں وہ کھڑا ہوا تھا اور جس وجہ سے وہ پریشان حال تھا اس پریشانی کو دو ر

کرنے کے لئے آپ نے اس جگہ سے اس کو ہٹا دیا۔ اس کی مثال یوں بھی ہے کہ
ایک آدمی ایک جگہ کھڑا ہوا ہے وہاں کیچڑ ہے، تعفن ہے ، بدبو ہے۔ اب وہ کہتا
ہے صاحب بڑی مجھے بدبو آرہی ہے۔ میری ناک خراب ہوگئی ہے، میرا دماغ سڑ
گیا ہے۔ یہ ہوگیا، وہ ہوگیا۔ آپ اس سے لاکھ یہ کہہ دیں بھئی جہاں تم کھڑے
ہو یہاں بدبو آرہی ہے اس لئے تمہیں بدبو آرہی ہے۔ اس کی سمجھ میں ہی
نہیں آتی بات۔ اب اس کی ایک بڑی آسان ترکیب یہ ہے کہ آپ اس سے پیار
سے ، محبت سے ، اس کے کندھے پہ ہاتھ رکھیں اور اس جگہ سے آدھا میل دور لے
جائیں۔ کہ بھئی دیکھو اب بدبو آرہی ہے؟ اب اسے پتہ بھی نہیں چلا کہ آپ اس
کو بہلا پھسلا کے اس جگہ لے آئے جہاں کیچڑ ہے ہی نہیں۔ تو بدبو آنی خود ہی
بند ہوجائے گی کہ ہاں یہاں تو بدبو نہیں آرہی ہے۔ تو اس کا مطلب یہ ہے کہ
آپ نے اس کو اس جگہ سے ہٹا کے دوسری جگہ جو لے گئے تو وہ جو بیماری کا
اس کے ذہن میں ایک تسلط ہوگیا تھا وہ ٹوٹ گیا۔ ایک جگہ سے دوسری جگہ
اس کو کھڑا کردینے سے یہ اس کی بیماری کا علاج ہوگیا۔ ایک تو اس میں یہ بات
ہوئی۔ دوسری بات یہ ہے کہ نیگیٹیو جو ہے دو چیزیں دنیا میں ہیں۔ ایک نیگیٹیو
ہے، ایک پازیٹیو ہے۔ یہ ساری کائنات بھی نیگیٹیو ، پازیٹیو پہ بنی ہوئی ہے۔ مثلاً
ہم جب کسی کیمرے کے سامنے کھڑے ہوتے ہیں اور ہمارا نیگیٹیو نکلتا ہے تو وہ
الٹا ہوتا ہے۔ اور جب اس نیگیٹیو کو ہم دوسرے کاغذ پر پلٹتے ہیں تصویری شکل
میں تو وہ تصویر سیدھی ہوتی ہے۔ تو اب الٹا سیدھا جو ہے یہ ہمارے ساتھ
ساتھ چل رہا ہے۔ تو اب اس کو ہم یہ کہیں گے کہ یہ ہمارا جو جسم ہے جو
ہمیں سیدھا نظر آرہا ہے یہ پازیٹیو ہے۔ اور جس روح کی یہ تصویر ہے وہ روح
نیگیٹیو ہے۔ نیگیٹیو پازیٹیو جو ہے ۔ روح جو ہے وہ نیگیٹیو ہے۔ روح جب اپنی
تصویر بناتی ہے ایک سسٹم کے تحت اللہ تعالیٰ کے تو وہ پازیٹیو ہے اور اس کو
جسم کہتے ہیں۔ گوشت پوست کا جسم، ہڈیوں کا جسم جو ہمارے اعضا ء
ہیں۔ تو نیگیٹیو جو ہم نے نکلوایا کیمرے سے تو ہوا یہ کہ یہ ہمارا جو سیدھی
تصویر ہے، ہماری جو پازیٹیو تصویر ہے۔ یہ پازیٹیو تصویرالٹ گئی۔ اور الٹ کے
یہ نیگیٹیو بن گئی۔ نیگیٹیو ہونے کا مطلب یہ ہوا کہ یہ تصویر جو ہے اپنی روح
سے قریب ہوگئی۔ چونکہ روح نیگیٹیو ہے اور جسم پازیٹیو ہے۔ جاب پازیٹیو کا
نیگیٹیو بنا تو جسم جو ہے وہ روح سے قریب ہوگئی۔ اب روح میں بیماری نہیں
ہوتی۔ روح میں کوئی پریشانی بھی نہیں ہوتی۔ روح میں ...بھی نہیں ہوتا۔
روح کو نزلہ کھانسی بھی نہیں ہوتی۔ اور روح میں کوئی بیماری نہیں ہوتی۔ تو
جب یہ پازیٹیو کی حیثیت سے آپ نیگیٹیو کو بار بار بار بار بار بار دیکھیں گے اور
اس کی طرف متوجہ ہوں گے تواس کا مطلب یہ ہوا کہ آپ اس بات کو جان تو
نہیں رہے ہیں لیکن آپ جسمانی طور پر اپنی روح کی طرف متوجہ ہورہے ہوتے
ہیں۔ اب جتنی توجہ آپ کی روح کے اوپر منتقل ہوجائے گی ۔ جتنی زیادہ روح
کے ساتھ آپ کو یکسوئی ہوجائے گی ۔ جتنی زیادہ خیالات ، منتشر خیالات جو
ہیں وہ ٹوٹ کر روح کے ایک نقطے پر مرکوز ہوجائیں گے اسی حساب سے جو

روح کی تحریکات ہیں ، روح کی جو روشنیاں ہیں وہ پازیٹیو میں منتقل ہوجائیں گی۔ اب یہ سمجھیں آپ ایک آدمی کا نیگیٹیو ہے۔ اس نیگیٹیو پہ آپ دھبے ڈال دیں۔ اب آپ اگر ایک لاکھ تصویریں بنائیں گے تو وہ ایک لاکھ تصویروں پر وہ دھبے ضرور آئیں گے۔ لیکن اگر نیگیٹیو صاف ہے تو جتنا نیگیٹیو صاف ہوگا اتنی ہی تصویر شارپ آئے گی ، خوبصورت آئے گی۔ تو اب جب ہم اپنی روح کی طرف متوجہ ہوگئے تو روح میں تو کوئی پریشانی ہے نہیں۔ روح میں تو کوئی بیماری نہیں ہے۔ روح میں جادو ٹونہ بھی نہیں ہے۔ تو جب ہم بار بار روح کی طرف متوجہ ہوں گے۔ بار بار روح کی طرف متوجہ ہوں گے تو ظاہر ہے روح کی تحریکات بھی ہم میں منتقل ہوں گی۔ اور جب روح کی تحریکات ہم میں منتقل ہوجائیں گی تو جس جگہ ہم کھڑے ہیں جیسے میں نے ابھی مثال دی تھی کہ کیچڑ میں ایک آدمی کھڑا ہے اسے اٹھا کے آپ دور لے جائیں ، بدبو چلی جائے گی۔ تو اب اپنی جگہ سے ہل گیا۔ اپنی جگہ سے ہٹ گیا۔ اب جیسے ہی آپ اپنی جگہ سے ہل جائیں گے یا ہٹ جائیں گے وہ جو آپ کے خیالات ستا رہے ہیں بیماری سے متعلق وہ خیالات ہم بھول جائیں گے۔ اور جب وہ خیالات ہم بھول جائیں گے تو صحت یاب ہوجائیں گے۔ (اختتام)